

Ang mundo natin ay may dalawang kalikasan – ang mundo ng materyal na mga bagay at ang mundo ng mga panloob na katuturan. Kapag iniangat ng tao ang kanyang sarili sa antas na ang mga materyal na bagay ay nagiging pangalawa na lamang sa kahalagahan at ang panloob na katuturan ang pangunahing kahalagahan, siya ay nagiging isang taong ispiritwal.

## Paano Tayo Magkakamit ng Ispiritwalidad?

May dalawang pangunahing pananaw sa ispiritwal na disiplina: ang isa ay nakaayon sa meditasyon at ang isa naman ay sa pagmumuni-muni. Ang nauna ay may kinalaman sa puso samantalang ang ikalawa ay may kinalaman isip.

Ang ispiritwalidad ng puso ay kadalasang binibigyang kahulugan na kabaligtaran ng kamunduhan. Ito ay nagsusulong sa pangangalaga sa ispiritwalidad, at ito ay ang paglayo patungo sa isang malayong lugar, pag-iwan sa tahanan at magsagawa ng meditasyon. Ito ang pananaw na nilalaman ng isang kilalang aklat na pinamagatang, “The Monk Who Sold His Ferrari.”

Naniniwala ako na ang ispiritwalidad na nakabatay sa puso ay nagdadala sa tao sa isang antas ng kaligayahan. Ang mga kilos at sinasambit ay lumilikha ng masayang pakiramdam sa kalooban ng gumagawa nito. Maraming mga pamamaraan ng meditasyon para sa disipinang ispiritwal, na naging palasak sa ibat ibang anyo mula pa noong sinaunang panahon. Tuwinang ang tao ay nag-aangat sa kanyang sarili kaysa sa mga makamundong bagay at nag-alay ng kanyang buhay sa pagiging isa sa hindi-materyal na mundo sa pamamagitan ng meditasyon, nakakaranas siya ng kakaibang pakiramdam. Kapag ang tao ay pumasok sa kalagayan ng kasiyahan ay nararamdaman niya ang hindi maipaliwanag na ligaya. Batay sa karanasang ito, ang mga tao ay nag-uugnay sa kaligayahan sa

ispiritwalidad. Gayunpaman ang kaligayahan na ito ay isang mas mababang antas ng ispiritwalidad. Sa aking pananaw, ako ay higit na pumapanig sa pananaw ng kontemplasyon. Ang tao ay isang nilalang na nag-iisip. Siya ay biniyayaan ng pag-iisip na siyang pinakamalakas niyang katangian. Ang tunay na ispiritwalidad o ang ispiritwalidad na nagmumu-muni ay yaong may kakayanan na kausapin ang ating mga pag-iisip. Anumang uri ng ispiritwalidad na makakamit sa mas mababang antas kaysa sa ating mga isip ay hindi tunay na ispiritwalidad.

## Ang Mapag-isip na Ispiritwalidad

Ayon sa German Philosopher na si Nietzsche, ang lihim ng paghango ng isang buong tao tungo sa pag-iral ay ang sariling pag-iisip. Ngunit sa aking pananaw, ito ay kalahati lamang ng katotohanan. Ang buong katotohanan ay ang paghubog ng kumpletong tao ay nakasalalay sa pag-iisip na hindi pansarili. Ang dahilan dito ay lahat ng tao ay nabubuhay sa ibat ibang uri ng lipunan. Ang lipunan na ito ay patuloy na bumubuo ng mapagbagong impluwensiya sa kanyang pag-iisip, hanggang sa ang kanyang pag-iisip ay hinubog na ng mga impluwensiyang ito.

Ang proseso ng ispiritwal o intelektwal na paghuhubog sa katotohanan ay nagsisimula sa pag-aalis ng paghuhubog sa isip na naimpluwensiyahan. Mas lalong inaalis ng tao ang paghuhubog sa kanyang isip ay mas nakakabuo siya ng ispiritwalidad o paghuhubog na ispiritwal. Lahat ng tao ay Mr. Nature o Mr. Spiritual pagsilang ibig sabihin ay may pagkiling tayo sa dalawang bagay na ito. Ngunit pagkasilang, siya ay namumuhay sa isang lipunan na nag-iimpluwensiya sa kanya. Ang mapag-isip na ispiritwalidad ay nagdudulot na maging posible ang pagbura sa impluwensiyang ito at magpahintulot na ang isang tao ay bumalik sa natural na kalagayan nang siya ay ipinanganak. Ang ispiritwal na siyensiya sa dulong nito, ay isang pantawag

para sa pag-aalis ng impluwensiya sa pag-iisip. Walang mamumuong ispiritwalidad kung wala ito.

Ang sumunod na katanungan ay, paano magaganap ang pag-aalis ng impluwensiya na ito? Mayroon lamang isang paraan para rito: Ito ay sa pagsasabi ng, “Ako ay nagkamali.” Maraming ulit sa ating mga buhay ay hinaharap tayo ng mga sitwasyon na napagtatanto natin na tayo ay mali sa ating pag-iisip, salita at gawa. Ngunit sa halos lahat ng sitwasyon, ay wala tayong lakas ng loob upang sabihin na tayo ay mali. Ito ay pumipigil sa ating proseso ng pagtanggali ng impluwensiya sa atin. Sa pagkakataon lamang na ito sa pagsasabi natin na tayo ay mali at tinanggap natin ang katotohanan na ang ating pag-aalis sa impluwensiya sa atin ay nagpapatuloy. Ito ang proseso ng paghubog sa ating personalidad sa pamamagitan ng proseso ng pag-aalis sa impluwensiya.

## Ang Ideolohiya ng Ispiritwalidad

Para sa akin, ang tunay na ispiritwalidad ay nakasalalay sa pag-iisip o pagmumuni-muni, na pawang may kinalaman lahat sa gawaing pang-isip. Ang ispiritwalidad na ito ay nabubuo kapag ang tao ay nagbigay pansin sa katanungan na may kinalaman sa ideolohiya ng buhay tulad ng, Sino ako?, Ano ang layunin ng aking buhay?, Ano ang mundong ito na nakapaligid sa akin? Ano ang plano para sa akin ng Tagapaglikha? Ang aking buhay ba ay pinamamahalaan ng tadhana o sariling desisyon?... Ang isang naghahanap ay makakatagpo ng tunay na ispiritwalidad sa pamamagitan ng paghahanap ng mga rasyonal na sagot sa mga katanungang ito, na sa pamamagitan nito ay matatanggap niya ang ispiritwalidad sa isip o sa mapag-isip na antas.

Tunay na ang paglalakbay tungo sa ispiritwalidad ay nagsisimula sa kagustuhan na hanapin ang katotohanan. Kapag ang isang naghahanap ay nakatuklas ng katotohanan at nalaman niya ang plano

ng Tagapaglikha, ang kanyang buhay ay pumapasok sa bagong yugto, at ito ay ang pagbuo ng ispiritwal na pagkatao ayon sa mga prinsipyong ispiritwal. Ang ispiritwal na paglalakbay na ito ay intelektuwal sa kalikasan nito. Ang hangad nito ay dalawang bagay – ang isa ay upang masolusyunan ang isang bugtong kung bakit ang lahat ng kalalakihan at kababaihan ay sumasailalim sa negatibong karanasan sa mundong ito at ang isa ay upang magbigay ng positibong solusyon. Ito ay tumutugon sa kabalintunaan ng mga tao na sila ay binigyan ng kalayaan upang pumili ng direksiyong moral at sa kanilang maling paggamit nito – na isang pagkilos na nagdudulot sa kanila na paulit-ulit na humarap sa mga sitwasyon na ang mga tao ay namiminsala sa isat isa; na sila ay nagkakaroon ng kawalan dahil sa kawalang katarungan ng iba; at mga hamon na dulot ng mga hindi magagandang karanasan. Sa mga panahon na ito, ang ispiritwalidad ay nagtuturo sa atin na baguhin ang negatibong pananaw tungo sa positibo sa pamamagitan ng sining ng pagpapalit. Ito ang ideolohiya ng ispiritwalidad tulad ng ipinahayag sa Islam.

## Ang Sining ng Pagpapalit

Kapag nakatuklas ang siyentipiko ng siyentipikong mundo, hindi niya nililisan ang materyal na mundo, bagkus ay nananatili siya rito, pinag-aaralan niya ito at tumutuklas sa mismong mundong ito. Ang Ispiritwalidad ay isa ring siyensiya. Sa ispiritwal na siyensiya, ang parehong pamamaraan ay tanggap din at ito ay ang pagsailalim sa mga karanasang ispiritwal habang nananatili sa materyal na mundo. Ang ispiritwalidad, sa katotohanan, ay isang proseso ng pagbago sa mga materyal na pang araw-araw na kaganapan sa atin tungo sa ispiritwal na karanasan. Habang nabubuhay sa kanyang pamumuhay na panlipunan, ang tao ay naaapektuhan ng mga kaganapan, na nagdudulot ng mga negatibong pag-iisip tulad ng malisya, pagnanasa, galit, kayabangan, kasakiman at iba pa. Ngunit kapag iniangat niya ang

kanyang sarili mula sa kanyang kapaligiran, mula sa mga materyal na antas tungo sa mas mataas na antas na intelektuwal, siya ay nakakaranas ng tunay na ispiritwalidad. Sa mataas na antas na ito, ay nagagawa ng tao na alisin ang mga negatibong kaisipan at palitan ito ng mga positibo. Sa mataas na kalagayang ito, natututunan niya na palitan ang mga hindi ispiritwal na mga bagay tungo sa mga ispiritwal na mga bagay.

Ito ang prinsipyo na kung saan ay nakabase ang materyal na mundo. Ito ay maaaring matawag na prinsipyo ng sining ng pagpapalit. Halimbawa, tingnan natin ang sitwasyon ng tubig. May dalawang gas na bumubuo rito na kung sila ay magkahiwalay ay hindi sila tubig, ngunit kapag sila ay nagsanib ay nabubuo ang isang bagong anyo, sila ay nagiging tubig. Ganito rin sa puno. Ang puno sa katotohanan ay resulta ng pagbabago ng mga materyal na non-botanical o walang kinalaman sa halaman.

Lahat ng mga prosesong ito ay gumagamit ng prinsipyo ng pagpapalit. Tulad ng ispiritwalidad na mapag-isip sa pamamagitan ng prinsipyo ng pagpapalit ay nagiging ispiritwal ang tao. Ang tunay na ispiritwalidad, na isang gawaing intelektuwal, ito ay isang siyensiya ng paghubog na panloob at ang mga materyal na bagay ay hindi direktang nag-aambag sa paghubog na ito. Sa katotohanan, ang materyal na buhay ay nagiging mas makabuluhan sa pamamagitan ng aktibong gampanin ng ispiritwalidad sa pagpapahusay na intelektuwal at ang idudulot nitong pag-unlad sa sangkatauhan. Ang ispiritwalidad ay hindi tulad ng iniisip ng iba na pumipigil sa proseso ng pag-iisip, bagkus ay nagpapahusay pa sa gawaing intelektuwal sa kumpletong kahulugan nito. Sa madaling salita, ang tunay na ispiritwalidad o mapag-isip na ispiritwalidad ay nagdudulot na ang tao ay maging pinakamainam.



# Ang Ideolohiya ng Ispiritwalidad

